

真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。



請佛住世 2015年 第4屆 全國 供僧大會

釋蓮寧金剛上師法語開示：

今天的供僧法會非常圓滿。在今天殊勝的供僧法會當中，很難得有來自十方的僧眾，這次有20位來自真佛宗本身的阿闍黎金剛上師，近60到70位的真佛宗的法師，南傳的法師們，北傳的顯教法師們，還有藏傳的法師們都為大眾祈福迴向，是非常難得的機緣。

在我現在的開示當中，目前在美國西雅圖雷藏寺師尊也在同修。今天我們選擇在平和養老院“本然教育大樓”裡面做供僧大會，雖然我們的儀式只有一天，其實是藉此讓在家眾知道供僧的意義，不只是局限於一天的供僧，而是供僧一年，不只是供僧一年，而是常常供僧。

為什麼要供僧？

我們為什麼要祈求僧人住世？因為僧眾，肩負轉動佛陀法輪的使命，把佛陀的教義以及把釋迦牟尼佛傳了兩千五百年的法，哪怕是南傳佛教傳的法，北傳佛教的法，或者是金剛乘的密法，南傳的清淨道論，南傳的阿比達摩論，南傳的戒律或者是北傳的大聖菩薩行或者是金剛乘的秘密行，將佛法流傳於世間。

今天我們有這個機緣，要感恩根本傳承上師，因為根本傳承上師的出家相而讓真佛宗能有出家僧團，有這個出家僧團呢，才有今天的四部眾生聚會

在這裡，所以我們要感恩根本傳承上師、釋迦牟尼佛以及資頭盧尊者們的教導，把佛法傳於世間。在家眾呢，除了供養出家眾之外，我們真佛宗是接受任何供養，從醫藥、衣服、牙刷、布帳等，到錢財供養，飲食供養，我們都接受。

南傳佛教是非常重視接受三衣一鉢的供養，所以我們供養南傳僧人的是衣與戒衣，叫做“卡提納”的袈裟，這是他們首要重視的。別忘記，供養僧人不是供養一個，而是供養十方的僧人。供養僧人除了要滋潤他的身體，也要滋潤他的慧命，也要供養經典，讓僧人能深入經藏，禪定有成就，因為在這當中，你們供養至少110多位出家眾。今天我們在座的任何一個出家眾將來修行有成，會把你度回來佛門，讓你們有成就。

身為家居士，你們不只要供養出家眾，還要供養我們佛陀的智慧，因為有你們的供養讓我們能夠安心禪定，修出智慧，成就菩提，我們得到佛的智慧，就要用法的布施，迴向給你們四眾的眾生，讓你們也得到法益，讓你們也要發菩提心，最終都能成就。說不定某一天，因為你們曾經供養出家眾，因緣到了你們也會出家修行，一下子就你的頭髮剃掉，坐在上面接受人家的供養，佛法就代代相傳。

供養出家眾很吉祥，除了供養僧眾身的舒適，還要讓他智慧能開發出來，而且深入經藏，這個非常重要。只要當中有一個出家眾成就了，他會把佛法流傳於世間，只要僧人在世，佛法就住世，只要佛法住世，你們就知道什麼是佛、法、僧。在進入



供僧大會主持 釋蓮寧金剛上師



更深的修行，你們就知道怎麼依止根本上師，修行金剛乘。

我在此代表根本上師、代表真佛宗僧團出家眾等，感謝你們今天所做種種的供養給我們。噯嘛呢叭咪吽。謝謝大家。



釋迦牟尼佛萬密 火供大法會摩 供品創作競賽

恭喜獲得優勝的參賽者!

【特優獎】：(排名不分前後)
吳明豐(忿怒蓮師)，劉國新(骨骷髏天靈蓋)，蓮花湧財(請佛住世真佛塔)，蓮花玉珍(榴蓮)，蓮花惜惠合家(鐮刀，天靈蓋)

【入圍】：(排名不分前後)
蓮花懷青，蓮花玉琳，蓮花昭美，蓮花貴祥，黃靖琴，張錦榮，賴新源，呂淑潔，賴慈音，賴亞蔭，陳愛清，賴慈卉，蓮花瑞寶，吉里，Amy，Juliet，椿桔，廚房組義工

真實佛法息災賜福經

祈請蓮生活佛加持文：
噯。啞。吽。

敬以清淨身口意。供養毘盧遮那尊。
法身佛眼佛母聖。報身蓮花童子身。
應身教主蓮生佛。三身無別大佛恩。
恭敬真佛大傳承。具足神通彌六合。
放光遍照於三際。一如無間能見證。
佛子時時常哀請。光明注照福慧增。
昔日釋迦來授記。阿彌陀佛殷付託。
彌勒菩薩戴紅冠。蓮華大士授密法。
祈請不捨弘誓願。救度我等諸眾生。
如是護念而攝受。祈請加持速成就。

南摩毘盧遮那佛。
南摩佛眼佛母。
南摩蓮花童子。
南摩蓮生活佛。
南摩真佛海會十方三世諸佛菩薩摩訶薩。

唸聖誥三遍：

西方蓮池海會。摩訶雙蓮池。十八大蓮花童子。白衣聖尊。紅冠聖冕金剛上師。主金剛真言界秘密主。大持明第一世靈仙真佛宗。盧勝彥密行尊者。南無真佛會上諸佛菩薩摩訶薩（三稱）

奉請二佛八菩薩：

南摩法界最勝宮毘盧遮那佛。
南摩西方極樂世界阿彌陀佛。
南摩觀世音菩薩摩訶薩。
南摩彌勒菩薩摩訶薩。
南摩虛空藏菩薩摩訶薩。
南摩普賢菩薩摩訶薩。
南摩金剛手菩薩摩訶薩。
南摩妙吉祥菩薩摩訶薩。
南摩除蓋障菩薩摩訶薩。
南摩地藏王菩薩摩訶薩。
南摩諸尊菩薩摩訶薩。

開經偈：

無上甚深微妙法。百千萬劫難遭遇。
我今見聞得受持。願解如來真實義。

蓮生活佛說「真實佛法息災賜福經」

如是我聞。一時大白蓮花童子。在摩訶雙蓮池。坐於大白蓮花法座之上。周圍十七朵大蓮花。青色青光。黃色黃光。赤色赤光。紫色紫光。各朵蓮花。微妙香潔。

白蓮花童子。默運神通。將一個摩訶雙蓮池。變化得格外金光燦爛。所有香花全部怒放。瑞草放出香息。白鶴。孔雀。鸚鵡。舍利。迦陵頻迦。共命之鳥。均化金色。出和雅天音。

空中金色光。有淨妙天音來自虛空。諸世界香氣芬馥。空中金闍。全生光華。遍敷金蓮。虛空之中天花飄散。

爾時。摩訶雙蓮池。大大震動。無量諸天皆感受之。佛菩薩聲聞皆感受之均至摩訶雙蓮池。三十三天主均趕赴摩訶雙蓮池。集諸二十八天眾。帝釋。梵王。八部四眾。廣說法要。

爾時。金蓮花童子現出大慧光。白蓮花童子現出法界光。綠蓮花童子現出萬寶光。黑蓮花童子現出降伏光。紅蓮花童子現出行願光。紫蓮花童子現出端嚴光。藍蓮花童子現出果德光。黃蓮花童子現出福足光。橙蓮花童子現出童真光。

諸天見之。大感驚異。於是帝釋從座而起。稽首向前對白蓮花童子而說。稀有聖尊。摩訶雙蓮池。以何因緣。現此大光華。

大白蓮花童子說。當為汝等細說。帝釋說。聖尊威權最尊。惟願聖尊為眾宣說。一切人天咸知皈向。

爾時。大白蓮花童子告帝釋及諸大眾說。善哉善哉。吾今為汝及末世眾生。有緣者於當來之世。咸共知之真實佛法及息災賜福之理。

大白蓮花童子即說。諸佛菩薩救度眾生。有最勝世界。妙寶世界。圓珠世界。無憂世界。淨住世界。法意世界。滿月世界。妙喜世界。妙圓世界。華藏世界。真如世界。圓通世界。如今。將有真佛世界。

於是佛菩薩聲聞緣覺及諸天眾聞聖尊開演真佛世界。知是過去現在未來之吉祥善逝大悲因果。是聖尊為眾生化身示現。各各歡喜得未曾有。稽首稱讚而說偈言。

聖尊大慈悲。無上秘密尊。
過去早修證。離欲超凡間。
今創真佛界。憐愍諸群有。
化身為教主。下降至娑婆。
善哉號蓮生。為眾廣宣說。
我等均已聞。當為大護持。

爾時。聖尊大白蓮花童子告大眾。修行以無念為正覺佛寶。身清淨。口清淨。意清淨為法寶。依真佛上師為僧寶。

聖尊告大眾。若有善男子。善女人。於每年五月十八日。沐浴齋戒。著新淨衣服。或於每月十八日。或本命生辰日。在密壇前。奉請二佛八

菩薩。奉誦「真實佛法息災賜福經」隨心所欲。自有感應。更能供養香花燈茶果。虔誠祈禱。咸得如意。

聖尊告大眾。世間高官貴人沙門居士修道俗人等。若聞此經。受持讀誦。如是之人祿位最尊。壽命延長。求子得子。求女得女。獲福最是無量。是增益的大福寶經。

若有先亡。怨親債主。未能得度。滯泄幽冥。若能持誦本經。印送本經。亡者昇天。怨親退散。現存獲福。若有男子女人。或被邪魔所侵。鬼神為害。惡夢昏亂。受持本經。施印本經邪鬼退藏。即得安樂。

若有疾厄纏身。前世因果業報。鬼神病等。受持本經。印施本經。即得災厄消除。病源立解。若有惡運。官訟牽纏。囚禁獄繫但能持誦本經。印施本經。即得解除。凶殃殄滅。化為吉祥。

若兩國爭戰。能持此經。立像供養。即得加威。戰無不勝。誦者。印者。施者。能一切吉祥如意圓滿。消除諸毒害。能滅生死苦。

西方真佛海會。摩訶雙蓮池。大白蓮花童子。即於其中。而說咒曰：

「噯。古魯。蓮生悉地。吽。」（無數遍）

聖尊說此經已。帝釋及諸大眾。天龍八部四眾。恭敬作禮。信受奉行。

真實佛法息災賜福經終。

蓮生法王盧勝彥



蓮生活佛盧勝彥尊者的金句

知世如夢，
然而縱然是夢幻
卻是通往「無生」、「無滅」的大門。

Life is just a dream. Though merely an illusion
one must pass through this door to reach the
state "beyond birth and death."

【恭錄自蓮生活佛盧勝彥尊者第167文集—
靜聽心中的絮語—相信夢幻吧！】
(Excerpt from Sheng-yen Lu's Book: #167:
Listening to the Inner Voice - Believe in the Illusion of Dreams!)

《助印者：蓮花秀婷（綉葦）、鐘鎮鴻、胡淑萍、
鐘天來、邱雲恩、謝代興、謝洵芯、謝安好、
謝羅儀、謝礎安

迴向：消除業障、消除諸毒害、冤親債主纏身靈
往生淨土、超生出苦，
一切所求皆吉祥圓滿。》

真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。

華香同修會研習班 日期：2015年8月8日

密教根本十四大戒及事師法五十頌

釋蓮一金剛上師在研習班講解：

皈依弟子最基本要守五戒行十善，接著再深入了解密教根本十四大戒與事師法五十頌。佛教的五戒是不殺生、不飲酒、不邪淫、不兩舌、不偷盜。五戒裏面殺業最重。

密教根本十四大戒是因為有不如法的亂象。真佛弟子該深入了解密教根本十四大戒才能分辨哪一些是如法或不如法，對修行是有很大的幫助。每一條戒律都很重要（一條也不可犯），都是讓金剛弟子沒那麼容易走偏差。

事師法五十頌是關於弟子跟根本上師之間該如何承事。密教弟子應該時時刻刻都把根本傳承上師頂在頭頂。密法修行的一切都來自於根本上師，除了生生世世的慧命以外，最重要是給於我們人生的正確觀及修行正確的方向。

密法修行的方向很重要，根本傳承上師將幾十年的修行過程和心得濃縮簡化讓我們能夠很容易深入密法而產生信心與正念。

密教弟子奉事根本傳承上師等如供養佛，會得到無量功德，傷害根本傳承上師則會得到很大的業報。要懂得恭敬、供養、侍奉及守護（保護）根本傳承上師使他常歡喜，替根本傳承上師解決一切煩惱事。

嚴守密教根本十四大戒與事師法五十頌，能讓弟子對根本上師產生信心和堅固道心以達到修行成就。

南摩尊勝佛母息災、祈福、增益、敬愛、超度護摩法會

釋蓮一金剛上師在法會佛法開示：

真佛宗與尊勝佛母及尊勝塔的緣起

在真佛宗派裡，第一尊的尊勝佛塔就在台灣南投縣的武界山。緣起是有一位法師，他夢見了尊勝佛母，讓他知道台灣將會有大災難，必須要安奉尊勝佛塔來鎮壓，法師夢醒後就去請示師尊，師尊也表示有需要籌備建造尊勝佛塔安立在武界山。武界山每天都會下雨，但是他們用了二十四天，就把尊勝佛塔給立起來了。但是，這二十四天，一滴雨水都沒有，所以很快就完成這座尊勝佛塔。

後來，蓮金法師發願念一萬兩千遍的尊勝佛母長咒。他就在尊勝佛塔的後方搭了個鐵皮屋，就念尊勝咒。當法師念到八千遍的時候，快要到臨晨了，他感覺到地崩裂就走出去看，全部山都倒下來了，唯有尊勝佛塔的四周圍一點損傷都沒有。但是，全部的路都不能下山了，唯有念滿一萬兩千遍尊勝咒。之後，果然直升機來了，就把他救下山。所以，這個尊勝佛塔很殊勝，它能夠鎮住這個地水火風之難。無論繞塔或者禮拜佛塔，都會有殊勝的功德力所在。

在武界山，有一對夫婦是園主，原本是不答應安立尊勝佛塔的。有很多的宗教團體想要在那裡做一些活動他都不答應，剛好給這法師在那邊造尊勝塔。那麼這對夫婦，他的太太身上是有腫瘤病，心情很不好



也很煩惱。有一天，她感覺有人敲了她一下說，你再這樣子下去你真的不行了，你必須去繞這個尊勝塔。從那天起，她就每天繞著尊勝塔，念尊勝咒。過後她的腫瘤慢慢的越變越小就沒有了。因此，就發心贊助這地方造尊勝佛塔。她的病業也因為念尊勝咒而把它消除了。

在1999年台灣九二一大地震，台灣雷藏寺是在地震的地帶，結果台灣雷藏寺只是地基有一些晃動，整座寺廟完好無損。所以真佛密法有很多不可思議的事情，師尊有開示過，當時九二一，就是四大天王把雷藏寺給頂住了，其中有一尊天王的金身倒下來損壞了，就是那一尊天王，把雷藏寺鎮住了。因此，有時候佛法的力量真的是不可思議。

其實大家也知道佛法就是一個安心法門。有些人會覺得，我相信佛法對我有幫助，那不是每個人都相信，也有一些人是比較固執。記得有位學者，曾經在公開演講對大眾說：“其實是沒有佛的，如果有佛，你叫釋迦牟尼佛走出來，那麼我就相信是有佛了。所以，我勸在座的每一位，你們就不要這麼迷信”。他在公場合講，大家聽到會怎麼樣？很多是學佛的人。其中有位老菩薩就慢慢走出來對學者說：“剛才你講的，有你的道理，但是我雖然不認識很多字，但是自從我學佛之後，在我一生當中，我感覺心裡很舒服，很快樂，時時都很自在的感覺。” (未完待續)

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



天上聖母

息災、祈福、超度
藏密式護摩法會

日期 22/11/2015 / 2:30PM

恭請：釋蓮焜金剛上師主壇

歡迎出席，同霑法喜

法會特設主祈者、大功德主、吉祥功德主

欲知詳情請聯絡：

文斌師兄 012-623 5175、蓮華師兄 012-234 6899、延年師兄 012-607 1175
志賢師兄 012-237 0927

◎ 支票抬頭：PPA LING SHEN JEN FOO CHUNG
◎ 戶口號碼：Public Bank 3082-7758-01

馬來西亞真佛宗密教總會~芙蓉敬法堂主辦

Persatuan Penganut Agama Ling Shen Jen Foo Chung, Seremban, Negeri Sembilan
488, Taman Ming Hoe, Jalan Tuanku Antah, 70100 Seremban, Tel / Fax: 606-762 1323

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



真佛密一生活營

日期：4-6/12/2015 地點：務邊區平和養老院

師資：釋蓮大金剛上師、釋蓮夫金剛上師、釋蓮媽金剛上師、釋蓮焜金剛上師
對象：已皈依，具備實修「真佛密法」的門門。
報到：2015年12月4日 下午2:00pm
備註：因名額有限，有意參加者，請盡快報名。收費：每人RM150 (3天)
嚴厲禁止：任何貴重物品、煙酒毒品等違禁品。/報名截止日期：2015年11月27日
您是否新皈依或皈依已久，已經堅定及深入瞭解真佛密法修行儀軌，同時欲提昇自己的修行層次。機緣難逢，馬密總【大德佛學院】將於2015年12月4日至6日開辦「真佛密一生活營」密法培訓班。歡迎有志加強及提昇自己修行心得同門報名參加。

生活營地點：霹靂州務邊區平和養老院
Situated at Lot 69252, Jalan Kota Bharu, Gopeng, Perak. Tel: 05-359 2381 Fax: 05-359 2364
詳情請聯絡：細妹講師 012-450 2338、汶理助教 018-977 9293 Email: harmoldfolks@gmail.com
一如需安排交通，可向細妹講師詢問一

真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。



莊嚴曼陀羅壇城

對根本上師信心 堅定不移 一定會 加持成就



南摩千手千眼觀世音菩薩息災，祈福，超度藏密式護摩大法會

馬來西亞真佛宗密教總會【般若雷藏寺】

日期：2015年10月24日

釋蓮太金剛上師開示：



今天我們以千手千眼觀世音菩薩作為護摩法會主尊。上個星期我們馬密總還在霹靂州務邊區平和養老院做了一個盛大的請佛住世全國供僧法會暨釋迦牟尼佛大法會，之前還有為期7天的大德佛學培訓班。其實全國供僧大會是馬密總一年一度大型活動，今年也就是上個星期在平和養老院接受供養的有113位僧眾（本宗加南傳與北傳），上師有20位，而且出席的人數有2千500多人。

雖然平時我們見到上師與法師都有結緣供僧，但是供僧大會那天聚足了一百多位僧眾，包括我們金剛乘的，北傳的，南傳的，藏傳的，全部法師同在。信眾若能夠出席親身體驗供僧的氣氛，是不可思議的。下一屆也就是明年我們的供僧大會也會在平和養老院舉辦，日期就落在明年10月29日與30日，這兩天是公共假期。在這之前，有為期7天的大德佛學培訓課程，還有廣大供養之親善之夜。

這是一個盛大的法會，一年一度難得可以聚集上師與法師，要珍惜這個緣分啊，能夠供養這麼多的僧眾，至少能增加在家居士的福分，希望明年般若雷藏寺租有巴士車一同赴會，大家可以踴躍出席。

千手千眼觀世音菩薩的來歷

先與大家分享千手千眼觀世音菩薩是怎樣變化來的？其實，千手千眼觀世音菩薩就是觀世音菩薩變化而來。據典故記載，觀世音菩薩發願度盡娑婆的眾生，所謂娑婆的眾生就是我們這些世間的眾生。

但是觀世音菩薩度了好久，度了娑婆眾生好多年。有一天，回眸一望才發覺好像這個世間的眾生都沒有減少，娑婆世界的眾生還是無窮無盡，於是菩薩就生起了一種灰心的感覺。就在那一剎那，觀世音菩薩全身頭裂八片，全身手腳全碎成千片。為何會全身裂成碎片呢？因為觀世音菩薩以前發了誓願，要度盡娑婆的眾生，如不能度盡而因此生起退失菩提心，全身就會碎裂。

還好觀世音菩薩有其本尊，阿彌陀佛即時出現加持觀世音菩薩，以神通力把裂為千片之身變化為具足千手千眼的化身，把觀世音菩薩碎為十片的頭化為十一個頭，最高一層就是本尊阿彌陀佛，下來就是金剛手菩薩。千手千眼觀世音菩薩就是這樣變化來的。其實眾生是不增不減的。還記得上幾個星期，師尊在美國西雅圖法會開示是有說到，每次治好一個病患，在另一個地方又跑出來一個病患，在六道輪迴來說，業障是一直轉來轉去的，就好像眾生一樣，在六道輪迴一直轉來轉去，所以眾生都是不增不減。

如何才能真正召請到千手千眼觀世音菩薩？千手千眼觀世音菩薩的根本上師就是阿彌陀佛，你可以先觀想召請阿彌陀佛紅色的“些”字，再來用阿彌陀佛顯化成白色的“些”字召請千手千眼觀世音菩薩。你若能夠觸動到他的根本本尊阿彌陀佛的話，千手千眼觀世音菩薩肯定會出現，因為他是根本本尊，觀世音菩薩是阿彌陀佛其中一個變化身。

以根本上師力量 召請本尊

真正來講，為什麼會這樣才可以召請到千手千眼觀世音菩薩呢？因為千手千眼觀世音菩薩的根本上師就是阿彌陀佛，以根本上師的力量來召請本尊，觀想根本上師先顯現，“吽”字出現，根本上師變化成你要召請的阿彌陀佛，蓮華生大士，黃財神等，用根本上師來變化成咒字，再旋轉出你所要召請的主尊。這是觀修里很大的一個重點。

密教里的三根本有根本上師，根本本尊，根本護法。根本上師當然是排第一位。有了根本上師才有本尊與護法。其實皈依真佛宗，學真佛密法，只要你好好的修一壇法，四加行，上師相應法也好，只要你一法相應，像師尊說的，至少往生，肯定有希望。尤其我們密教里最重要的法就是根本上師相應法。

《來自佛國的語言》

根本上師第249本文集《來自佛國的語言》提到很多師尊學習密法的口訣。其中第一篇就提到師尊學佛拜了很多的師父，而且師尊也讀了大藏經(古文)。其實依師尊所說，真正的重點是你要找到一個明師。你要找到一個真正有修行，有成就，真正開悟的師父，然後你去皈依他，這就是學佛最重要最重要的一個開始。

每一位在家居士能夠皈依根本上師絕對是一個很幸福很有福報的事情，但是能夠皈依根本上師，能夠學佛就算是入門，但是入門了也要珍惜師尊所傳的真佛密法。一般上我們修四加行，一皈依就開始修。四加行是大禮拜，大供養，四皈依，還有懺悔的金剛薩埵，百字明咒。

大禮拜一般上每天都要做，直到做滿十萬拜，可以消除我們累世的業障，消除自我的傲慢心，你修行除了大禮拜法，大供養法也是很重要的。我們一切修行的資糧累積全部從做大供養開始。一切福分都是通過累世的供養法做起。若今生你把供養法修得好，下一世你的福分肯定不會少。

大供養法有幾種，除了擺在壇城的八供，我們在一日三餐時可以結手印(代表須彌四州)，念加持咒語，觀想供品由一變多，變化成一橫排，一平面，無窮無盡的佈滿整個虛空，一切的咒語都是來鞏固我們的觀想，一切的咒語都是用來鞏固我們所供養的。這一切供養累積起來，遲早會達成十萬遍。如若有食單食就要做超度手印及加持咒語清淨手印。

說到密教行者可以食葷食，就得從釋迦牟尼佛的時代說起，那時候的僧眾是沒有分別食葷或吃素。托鉢時候，善信居民供養什麼，就得吃什麼。南傳與藏傳的僧眾也是，人家供養什麼吃什麼。密教行者吃素食葷也好，至少要懂得做超度，清淨，供養這三種，那你食葷都不會有問題，而且也會增加我們的福分。這就是供養法。

四皈依咒最基本的也要持十萬遍，每天持之以恆，一天一點，總有做完的一天，若你不做，一天拖一天，你還是不會做。我時常鼓勵如果你們真的沒有



加持疏文及報名表格



護摩供品下爐



般若梵唄唱誦組

時間，覺得沒有時間修前行正行後行，那你可以專持一經一咒，選一個經一個咒來念，持咒念經就是持明，也可以得到成就，或者你也可以選根本上師的心咒，尤其上師還有發過誓願，只要你念了上師心咒達致八百萬遍，就能夠把你超生到西方摩訶蓮池。

根本上師慈悲，無論你正念，散念，走著念也可以，當然你可以在壇城是最好，這是多麼方便的法門。八百萬遍的心咒，只要你一天唸3千遍，只要七年半你就可以唸完。難得有這麼好的福分，皈依一個真正的開悟上師，一個明師，你至少要學到一點點，多唸四皈依咒以增長我們的信心，而你可以把大供養融入於我們的日常生活當中。當然最好是把百字明咒十萬遍持完。

選一個經咒如高王觀世音真經，晝夜修持能滅生死苦，消除諸毒害，別等到苦難來臨才來念經，保持晝夜各一遍。有緣皈依的弟子，師尊都很歡喜；但是弟子若不珍惜密法，不學佛念經持咒，師尊也會感到很傷心，而浪費法緣也是一件很可惜的事。

今世有這個福分和因緣皈依明師，我們就要至少學到根本上師的一經一咒，專一深入的修行。只要有信心跟隨根本上師的腳步，堅定不移的去走，根本上師一定會加持你成就。此外，多閱讀師尊文集可以減少我們的煩惱，只要你有信心，一步一腳印，一定會有成就的一天。謝謝大家，希望大家都能修行成就。噯咕噯蓮生悉地吽。